

૬૨૪૫

॥શ્રી ॥

જ્ઞાનાંગયોગમૂલરહસ્ય

॥શ્રી॥

## જ્ઞાનાંગયોગમૂલરહસ્ય

॥ નમનનોશ્લોક ॥

॥પ્રારંભઃ॥

સાર્થમંત્ર લીખ્યતે

॥ ॐ સોહંપરબ્રહ્મપરમાત્મનેનમઃ ॥

આ મંત્રના પદોના અર્થ.

ઓમ્ “નાદબ્રહ્મ” “સોહ” “તેજ બ્રહ્મહુ” “પર” “આત્મા” બ્રહ્મ વ્યાપીને રહેલો” “પરમ” “મોટો” “આત્મને” “મારે ઠેકાણે” “હંસઃ” છે તે તુંજ કારણે” “નમઃ” ‘નમસ્કાર’  
અર્થ

નાદ બ્રહ્મ તે હું છું. આત્મારૂપી સર્વને વ્યાપી રહેલો જે તે મોટો એવો મારા વિષે છે તેને તુંજ કારણે મારા સાષ્ટાંગે નમસ્કાર છે.

કોઇ એક દાહાડાને વિષે શ્રી ગુરુ ભૈરવનાથ આનંદમાં બે-  
હા હતા. તે વેળાએ આનંદનાથે હાથ જોડીને નમ્ર વચનથી શ્રી  
ગુરુનાથજીની પ્રાર્થના કરી કહ્યું કે માહારાજ, હું દીન ઉપર  
કૃપા કરી અષ્ટાદશ અંગ સહીત જ્ઞાનયોગ મને કહો કે જેના  
થકિ હું સ્વાત્મ દર્શનમાં તુમ રહીશ. આજ, માહારી શ્રી ગુરુના-  
થજીના ચરણ પાસે વિનંતી છે. એમ બોલી આનંદનાથ શ્રી  
ગુરુ ભૈરવનાથજીના ચરણ કમલને વિષે, સાષ્ટાંગે નમસ્કાર કરી,  
હાથ જોડીને ઉભા રહ્યા.

પૂર્વે શ્રીમત્સત ગુરુ આદીનાથના જે શિષ્ય મત્સેન્દ્રનાથ, જે યર્ધ  
ગયા, તે મત્સેન્દ્રનાથે નમ્ર થઇ જ્ઞાનયોગ પ્રાપ્તિના હેતુથી, શ્રી ગુરુ  
આદીનાથના વિષે વિનંતી કરી, તે વેળાએ શ્રી આદીનાથે મ-  
ત્સેન્દ્રનાથને જ્ઞાનયોગનું કથન કર્યું. ત્યાર બાદ આ જ્ઞાનયોગનું મત્સે-  
ન્દ્રનાથે પોતાના શિષ્ય ગોરક્ષનાથને કથન કર્યું; ગોરક્ષનાથે આ  
યોગ બહુ કાળ સુધી ગ્રુમ રાખ્યો હતો. એક વખતને વિષે ગોરક્ષનાથ  
ફરતા ફરતા કાશ્મિર દેશને વિષે આવ્યા; ત્યાંનો રાજા ભવદેવ  
હતો. એ ભવદેવ ઉપર ગોરક્ષે કૃપા કરીને અનુબ્રહ્મ કર્યો.

પછી ભવદેવ રાજનું નામ “ભૈરવનાથ પાડયુ” જેવા આપણા પૂર્વ જન્મના સંસ્કાર હોય છે તેવી શ્રી ગુરુનાથજીની કૃપા થાય છે શ્રી ગુરુનાથજીની કૃપા થઇ એટલે પ્રત્યક્ષ તથા પરોક્ષ તથા વિવેક એવા જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે આ કારણે શ્રી ગુરુનાથજીની ભક્તિ મૂખ્યત્વે કરીને હોવી જોઇએ, તોજ આ પ્રાણીને પરાવરની પાતિ થાય.

ત્યાર બાદ ગોરક્ષનાથે આ જ્ઞાનયોગનું ભૈરવનાથને વિષે કથન કર્યું. શ્રી ગુરુ ભૈરવનાથે આનંદનાથને કથન કર્યું. એજ યોગનો કૈલાશ શિખરના વિષે શ્રી શંકરજીએ દત્તાત્રીને ઉપદેશ કર્યો.

શ્રી ગુરુ ભૈરવનાથ કહેતા હતા—કોઇ એક દિવસને વિષે શ્રી દત્તાત્રી દત્તગિરી ઉપર આનંદમાં બેઠા હતા. તે વેળાએ સર્વે શિષ્યોએ મળી હાથ જોડી નમ્ર વચનથી પ્રાર્થના કરી જે, હે માહારાજ, હમારા ઉપર કૃપા કરીને પ્રચલ્ન કર્યા વગર અલ્પ સાધનથી, શીઘ્ર, સ્વરૂપના વિષે લીનતા થઇને ઉત્તમની અવસ્થા પ્રાપ્ત થાએ એવું જ્ઞાનામૃત હમેને કથન કરો. એ જ્ઞાનામૃત હમે શ્રવણ દ્વારથી પાન કરીને સ્વાત્મ દર્શન વિષે તૃપ્ત રહીશું. એજ પ્રાર્થના છે. એમ બોલી બધાએ મળીને શ્રી ગુરુ દત્તાત્રીને સાષ્ટાંગે નમસ્કાર કરી હાથ જોડીને “ઓમ પરબ્રહ્મ પરમાત્મને નમઃ હંસઃ” આ મંત્રનો મુખથી ઉચ્ચાર કરતા ઉભા રહ્યા. આ શ્રી ગુરુ દત્તાત્રીએ અવલોકન કર્યું અને પોતે દયાધણ હોવાથી ભક્તજનન ઉપર અનુગ્રહ કરવો એવા હેતુથી કહેવાને પ્રારંભ કરતા હતા.

દત્તાત્રી કહે છે,—હે શિષ્ય પૂર્વે કૈલાશ શિખરના વિષે કરતો કરતો હું ગયો હતો. ત્યાં શ્રી યોગ ચક્રવર્તિ શંકરજી પાર્વતી સહિત બેઠા હતા. મેં તેમને જોઇને સાષ્ટાંગ નમસ્કાર કર્યો; વળી હાથ જોડી તેમના આગળ ઉભો રહ્યો ને મ્હોંમાંથી “ઓમ નમઃ શિવાય” એવું શ્રીનું સ્તવન કરવા લાગ્યો, તે વેળાએ શંકરજી પ્રસન્ન થઇ ‘માગ માગ’ એમ બોલ્યા.

## ॥ ૐ નમઃશિવાય ॥

અર્થ

અકાર ઉકાર, મકાર, અકાર એટલે ‘તમ’ ઉકાર એટલે ‘રજ’ મકાર એટલે ‘સત્વ,’ રજ એ પ્રજ્ઞા; સત્વ એ વિષ્ણુ; તમ એ શંકર; એ ત્રણે ગુણથી આ શરીર બંધાયેલું છે. આ ત્રણે પ્રકૃતિને ચાલન કરવા વાળી એ એટલે સદ, ધ એટલે વાંસના, એવી સદ વાંસના; “એ,” અને “ધ,” વડે અર્ધ માતૃકા થાય છે; એ માતૃકા મળીને એક ઓમકાર રૂપી દેહ એવા ત્રણ ગુણ વિષે આદ્ય શિવ છે, (એટલે મંગલદાયક આત્મા છે) એ શિવના વીધે નમસ્કાર કરું છું.

શ્રી શંકરજીનો વર્દ પ્રસાદ સાંભળીને હું નમ્ર વચને કરીને

બોલ્યો હે, માહારાજ, આ મૃત્યુલોકના વિષે નાનાપ્રકારના તી-  
ર્થે ક્યો, ત્યાંહાં યોગીજન નાના તરેહની તપશ્ચર્યા કરે છે.  
વાતાંબુ, વરણ, ધુમ્રપાન, નિરાહાર, ફળાહાર દુધાહાર, નાગા,  
મુની, જટાધારી, ઉર્ધ્વબાહુ તથા ઊભા રહી તપ કરનારા, યમનિ  
યમાદિ કરીને અષ્ટાંગ યોગ કરવાવાળા, તથા નવ વીધા ભક્તિ, એવા  
ધણીએક તરેહના કષ્ટ કરે છે. તથાપિ જીવન મુક્ત અવસ્થા  
(તૃતી ભૂમીકા) પ્રાપ્ત થતી નથી, તે ભૂમીકા પ્રાપ્ત થવા માટે  
એવા કષ્ટ કરે છે. માટે હું સ્વામી, જે યોગ વડે સહેજે  
તે યોગ પ્રાપ્ત થાય તેવો યોગ મને કૃપા કરીને કહો-

એવું બાષણ સાંભળી શ્રી શંકરજી બોલ્યા-હે દત્તાત્રી યોગી  
રાજ તને ધન્ય છે. પરોપકારના કારણથી તે પ્રશ્ન ક્યો છે, માટે  
તને કહું છું તે સાંભળ. શરીરને કષ્ટ આપ્યા વગર અનાયાસે  
શિધ્ધ થનારી જે સમાધી તેને સહેજ સમાધી કહે છે. આ સમા-  
ધીમાં લીન થયો એટલે નામ રૂપાત્મક એવું જે કલ્પનીક જગત  
તેના વિષે જેમ જેમ માણસ આત્મનિષ્ઠાતું અત્યંત બળ રાખી  
જ્ઞાના દ્વારે પ્રપંચિત વૃત્તિ વિસ્મરણ કરે છે તેમ તેમ તે માણ-  
સની, મેહેનત વગર, મનની વૃત્તિ બ્રહ્મના વિષે સ્થિત થઈ જાય છે;  
તે ફરીથી ત્યાંહાંથી બાહર નીકળતી નથી. કારણ તે પરોક્ષ રીતેય  
એવું જાણે છે કે આ સર્વે જગત અનિત્ય તથા અસાર  
છે. વાસ્તે બ્રહ્મરૂપ અમૃતનો સાગર છોડીને વિષયક ખામોચીયા તરફ  
કેમ દોડવું ? જે વેળા એવી સદ્રઢ વૃત્તિ થાય છે, તે વેળાએ  
પ્રત્યેક કામ કરતી વખતે યોગીને સહેજ સમાધી થાય છે.  
કલ્પે કલ્પે વખતે તેની એવી સ્થિતી થાય છે કે--બોલવાનો પ્રયત્ન  
કરવા છતાં તેનાથી એકદમ બોલાતું નથી. તેની બધી વાંસના-  
ઓની પૂરી સમાપ્તિ થઈ મન સદા કાળ નિગ્મનંદમાં રહે છે.  
આ સમાધીના અભ્યાસે કરીને મન એટલું તલલીન થાય છે કે  
કોઈ કોઈ વેળાએ સર્વે ઇન્દ્રિયો સહિત અંતઃકરણ અંતરગત થઈ  
સન્મુખ થાય છે તે વેળાએ આંજુઆંજુની સ્થિતીનું કોઈ પ્રકારે  
કાંઈ પણ બાન રહેતું નથી. દશે ઇન્દ્રિયોના દશ વિષયો જે વેળા-  
એ સ્થિર થાય છે, તે વેળા એ ઇન્દ્રિયો પોતપોતાને ટેકાણે પો-  
તપોતાના વિષયની અપ્રીતિ કરે છે, તેજ વેળાએ સહેજ સમાધી  
થવા માંડે છે (આ વિષય શૂન્ય સ્થિતીનેજ નૈમીષારણ્ય કહે છે.)  
પણ એમાં જ્યારે કદાચીત વાંસનાઓ રહેલી હોય ત્યારે સંસારનો  
(એટલે જન્મ મરણનો) શુદ્ધ ભાસ દીશે છે. જે કોઈ સ્ત્રી અ-  
થવા પુરુષ પ્રતિ દીવશે ઇન્દ્રિયો તથા અંતઃકરણની જે વાંસના  
ઓ છે તેનું નિરમૂળ કરવા માંડશે, તે સહેજ સમાધીને પાત્ર  
થઈ શકશે. નાના પ્રકારની કલ્પનાઓની પૂર્ણ સમાપ્તિ થઈ.  
એટલે મનની તથા દેહની આનંદદાયક સ્થિતી થાય છે. આ સ-  
માધીનો અભ્યાસ કરવાવાળો યોગી મનથી ઉત્પન્ન થતી કલ્પના-

નો નાશ કરતાં શીખે છે. એવા યોગી અથવા યોગજ્ઞ એકાંત બેશીને મનની ચંચળતાનો નાશ કરવાના હેતુથી ઉપવાસાદિકે તથા જપ તપાદિકે કરીને મનને સાવધાન કરે છે. આ સમાધીમાં પરીપક્વ થએલો યોગી અક્ષય (સર્વકાળ) વાંસના રહિત આનંદમય રહે છે. આ સમાધીનો નાશ કરવાવાળા છ જણાં છે તે, ૧ કામ, ૨ ક્રોધ, ૩ લોભ, ૪ મોહ, ૫ દંભ તથા ૬ અહંકાર. આ છએ પ્રકાર યોગી લોકોના શત્રુ છે. તે માટે આ છ શત્રુઓને યોગી લોકે મોટા પ્રયત્નથી જીતવા જોઈએ અને તેજ પ્રમાણે ૧ બૂખ, તરસ, તાહાડ, ૪ તડકો, ૫ વરસાદ તથા ૬ ઉંધ આ છ પ્રકાર અવશ્ય કરી જીતવા જોઈએ. આ જ્ઞાનયોગના અઢાડ અંગ છે. ૧ યમ, ૨ નિયમ, ૩ ત્યાગ, ૪ મૌન્ય, ૫ દેશ ૬ કાળ, ૭ આસન, ૮ મૂળબંધ, ૯ દેહસામ્ય, ૧૦ દ્રગસ્થિતી, ૧૧ પ્રાણ સંયમન, ૧૨ પ્રત્યહાર, ૧૩ ધારણા, ૧૪ આત્મધ્યાન, ૧૫ સર્વસાર, ૧૬ પડ મુખી, ૧૭ લયપ્રકાર, ૧૮ સમાધી. આ અઢાડ અંગ થયા.

## ॥ મૂર્ધુવસ્વઃ ॥

અર્થ

૧ યમઃ—પ્રથ્વી તથા મૃત્યુ તથા સ્વર્ગ એથી જીવનું શરીર બંધાયલું છે તે આકાશાદિક અ બ્રહ્મને શરીર પરીચત લઈએ તે જગત છે. તે મિથ્યા માનીને એક બ્રહ્મ સત્ય છે એવો નિશ્ચય કરી મન સહીત અગીયાર ઇંદ્રિ છે, તે ઇંદ્રિયોના વિષયો ને નિયમીત કરીને નિયમથી રહેવું (વિષયમાં દોષ છે, વિનાષ છે, એવો દોષ જાણીને વિષયથી ઇંદ્રિયોની નિવૃત્તિ કરવી) એનું નામ યમ કહેવાય છે. કેવળ અહિંસાદિક કહેલો છે, તેથી પૂર્ણ યમ થતો નથી. તે વાસ્તે ઉપર ને યમ કહેલો છે એનો વારે વારે અભ્યાસ કરવો.

## ॥ તત્સવિત્ ॥

અર્થ

૨ નિયમઃ—તે સત્ય સ્વરૂપ જાણવા યોગ્ય એવો નિયમિત કરેલો તે જાતિય તથા વીજાતિય એવો બે પ્રકારનો અંતઃકર્ણ વૃત્તિનો પ્રવાહ છે. પ્રત્યેક આત્માથી ભિન્ન એવું ને બ્રહ્માકાર તે અખંડ વૃત્તિનો પ્રવાહ એજ સજાતિય વૃત્તિ છે. એ વૃત્તિને પ્રહણ કરવી. હવે વીજાતિય વૃત્તિ એટલે બ્રહ્મ થકી ભિન્ન સકળ પ્રપંચ છે. આ પ્રપંચનો સંસ્કાર પહેલાંથીજ છે. એ પ્રપંચથી ઉત્પન્ન થયેલી જે પ્રપંચાકાર જ્ઞાત-તેજ વીજાતિય વૃત્તિ છે. પ્રપંચાકાર વૃત્તિ મધ્યે ધણોદોષ છે એવું સમજીને પ્રપંચાકાર જ્ઞાતનો

ત્યાગ કરવો. એનું નામ નિયમ છે. કેવળ સૌચાદિક્રિયાઓ પૂર્ણ નિયમ થતો નથી.

## ॥ વરેણ્યં ॥

અર્થ

૩ ત્યાગ:—એક આત્મા ધ્રેષ્ટ છે તે વગર બીજું સર્વ મિ-  
થ્યા છે. દેવ, મનુષ્ય, પશુ, પક્ષી, કીટક, પીશાચ, જળચર, ઘટ,  
પટ, ઇત્યાદિ સઃ પ્રપંચિત છે, તે નામ તથા રૂપ વડે વ્યવ-  
હારાદિ થાય છે. તે સર્વ પ્રપંચને આધીન છે. જે ચૈતન્ય બ્રહ્મ  
સ્વયં પ્રકાશીત છે તેને સમજીને જગતનો ત્યાગ કરવો. જગત  
સત્ય છે એ બુદ્ધિનો ત્યાગ કરવો, એનું નામ ત્યાગ કહેવાય છે. મોટા  
પુરૂષને આ ત્યાગ પૂજનીય છે, એવા ત્યાગનું જ્યારે અનુષ્ઠાન  
થાય છે ત્યારે મોક્ષમય પરમાનંદ રૂપી અવસ્થા બને છે.  
આત્મવેત્તા પુરૂષને આ ત્યાગ ધ્રેષ્ટ છે. વળી તે કરતાં સુમુક્ષુ  
પુરૂષને તો આ કહેલા ત્યાગનો અભ્યાસ કરવો એ અવશ્ય છે.  
જગતમાં આસ્તી, ભાતી, પ્રીય એ પ્રકારનું જે આત્મરૂપ છે  
તેજ આત્મ સત્ય છે. આ સત્ય ગ્રહણ કરવું અને મિથ્યા પ્ર-  
પંચિત જગત છે તે મિથ્યારૂપનો ત્યાગ કરવો એનું નામ  
ત્યાગ છે.

## ॥ મર્ગોદેવસ્ય ॥

અર્થ

૪ મૈન્ય—ઈન્દ્રિરૂપી જડ દેહને ચલન વલન આપવાવા-  
ળો સ્થાવર જંગમાત્મકમાં આત્મા છે તેના તેજ વડે ત્રૈલોક્ય-  
બરેલું છે. એવો સર્વ સાક્ષી અંતરાત્મા મન તથા વાણીથી  
જાણવામાં આવતો નથી. મનથી તથા વાણીથી આત્મા અગ-  
મ્ય છે. માટે એ મૈન્ય કહેવાય છે. આત્મસ્વરૂપ, નામ ઉચ્ચારણથી  
અથવા નામ મંત્રના જપથી જડતો નથી. પણ યોગી લોકો-  
ને તેનું ગમ્ય છે. આધ્યાત્મ યોગમાં જે યોગી પ્રવર્તે છે તે યોગી-  
ને જ્ઞાન વડે કરીને આત્માનો સાક્ષાત્કાર થાય છે. એવું જે બ્રહ્મ, તે  
બ્રહ્મ હું છું એવો અભ્યાસ કરવો; અને એનું નામ મૈન્ય છે.  
બ્રહ્મ એ પણ કાંઈ વાણીનો વિષય નથી કેમકે તે જાતી ક્રિયાદિક  
થી રહિત છે. એજ પ્રમાણે આપ્રપંચ પણ વાણીનો વિષય નથી.  
તો ખરો અથવા ખોટો કહેવાતો નથી. જગત છે તે પણ વા-  
ણીને વિષય નથી કારણકે એમ જે કહીએ છીએ તો તેમાં પણ  
વાદવિવાદ ધણા છે માટે તે વાદથી મૈન્ય રહેવું એનું નામ મૈ-  
ન્ય છે. આવું મૈન્ય છે એ મૈન્ય સત્પુરૂષને વિષે સહેજ સ્થિત  
તથા પ્રસિધ્ધ છે. વળી વાચાથી ધણું બોલાય એવું નથી.

## ॥ ધીમહી ॥

અર્થ

૫ દેશ—જેની ખુદ્ધિ સપ્તપ્રાંત ભૂમીના વિષે પામી છે એવા યોગીને જગત વિષે આત્મા આદીમાં નથી, મધ્યમાં નથી, અંતમાં નથી. તે પ્રમાણે આત્માને પણ આદ, મધ્ય, અંત એ કંઈજ નથી. જેવા જતાં આત્મ વડે કરીને બધો પ્રપંચ ભરેલો છે, એ અનુભવ શિધ છે એવું સમજી એવી સ્થિતિમાં રહેવું એજ નિર્જન દેશ છે. કેવળ ઉજડમાં રહેવું એ નિર્જન દેશ નથી.

## ॥ ધીયોયોનઃ ॥

અર્થ

૬ કાળ—બ્રહ્મ વિદ્યાથીજ આ શ્રુતિની ગણના છે. કારણ બ્રહ્મથી ઈંદ્રાદિક દેવતાઓ આદિ લઇને સર્વ પ્રાણી માત્રની બ્રહ્મથી ગણના થાય છે. આ આત્મા એજ કારણભૂત વડે કાળ કહેવાય છે. ક્ષણે ક્ષણે કરીને આયુષ્યનો નાશ કરવો, વળી ક્રિપન્ત કરવું તથા પાળવું એ બ્રહ્મ કૃદ્ધિનો આધાર છે તે યોગ વડે કાળ પણ અખંડાનંદ અદ્ય બ્રહ્મ છે આ પ્રમાણે બ્રહ્મથી કાળ જુદો નથી એવું સમજવું તેહવું નામ કાળ સાધન છે.

## ॥ ધીયોયોનઃ ॥

અર્થ

૭ આસન—સ્થિર ખુદ્ધિ વડે કરીને સુખેથી સ્થિત રાહેવું એ આસન થાય છે. આ પણ એક બ્રહ્મ ચિંતન છે. હેને અભિપ્રાય હોવો છે કે બ્રહ્મ ચિંતનથી આશ્રય સહિત રહેવું એજ આસનનું સાધન છે. કેવળ વ્યાધાંખર, મૃગાંજલુ, કંબલાદિક એવા આસનો ઉપર બેસવું તે આસન નથી. બ્રહ્મ છે તે સર્વ કાળ શિદ્ધ છે અને વળી એ પ્રપંચની પણ આદિ છે; તથા વિશ્વનું અધિષ્ઠાન છે, અવસ્થા થકી રહિત છે. “અન” ‘અવ્યય’ એવો આત્મા તેના સ્વરૂપને વિષે જાણીને શિદ્ધ પુરૂષ એવા આસન ઉપર રહે છે તે માટે બ્રહ્મ એજ શિધાસન છે. એ મૂખ્ય આસન જાણવું.

## ॥ પ્રચોદયાત્ ॥

અર્થ

૮ મૂળબંધ—સંસાર ઓટલે જન્મ મગ્ગ એવું મૂળ છે. તેજ ચિંતનું બંધન કરવા વાળું અજ્ઞાન છે. એવા જ્ઞાનનો જે આશ્ર

ય તેનું તે (જન્મ મરણ) સ્વરૂપ છે. (અજ્ઞાનની સ્વતંત્ર સ-તા નથી) એવું ને સર્વનું આશ્રય રૂપી બ્રહ્મ છે તેજ મૂળબંધ થાય છે. એનું અક્ષય સર્વ કાળ સેવન કરવું એજ જ્ઞાનયોગવાળા યોગીએ ને યોગ્ય છે. તે જ્ઞાનયોગના લક્ષણ એવા છે કે જેનું ચિત વ્યવહારને વિષે વિદ્વેષ પામતું નથી એવો ઉત્તમ યોગ કરવાવાળાએ જ્ઞાન યોગે નિશ્ચય કર્યો છે. એવા લક્ષણથી યુક્ત ને યોગી છે તેનેજ જ્ઞાનયોગી કહે છે. એવા યોગીને, મૂળબંધ એટલે બ્રહ્મ જાણવા યોગ્ય છે. આવી રીતે સર્વનું અધિષ્ઠાન ને બ્રહ્મ તેજ મૂળબંધ છે.

## ॥ ૐ ભૂર્ભુવઃસ્વ ॥

અર્થ

૯ દેહ શામ્ય—સમ એજ બ્રહ્મ છે, તેના વિષે અંગાકિદિ સર્વ કલ્પિત છે. તેને અંગાદિકનો સ્વભાવ વીશમ છે. એ પ્રકારે સમજીને સમ દ્રષ્ટીથી સમતા જાણવી. કારણકે અધિષ્ઠાન મધ્યે અધ્યસ્થ ને વસ્તુ છે તે અધિષ્ઠાનના જ્ઞાનથી અધિષ્ઠાનમાંજ લય થાય છે. આ પ્રમાણે બ્રહ્મને વિષે અધ્યક્ષ ને અંગાકિદિ છે તે બ્રહ્મના જ્ઞાનથી બ્રહ્મમાંજ લય પામે છે એવું ને સમજવું તેનું નામ દેહશામ્ય સાધન થાય છે. વળી બ્રહ્મને અંગાદિક વિષમ છે. તે તેનાથી જુદુ છે એવું ગણ્યું તો પણ અધિષ્ઠાન મધ્યે આત્મ લીન થતો નથી.

## ॥ તત્સવિતુર્વરેણ્યં ॥

અર્થ

૧૦ દુઃસ્થિતી—અંતઃકર્ણની વૃત્તિઓથી અખંડ બ્રહ્માકારના યોગે કરીને અખીલ વિશ્વને બ્રહ્મમય જોવું. એવી ને વૃત્તિ છે તેનેજ સ્થિર દ્રષ્ટી કહે છે. કેવળ નાસીકાએ દ્રષ્ટી સ્થિર કરવી તેને સ્થિર દ્રષ્ટી ન સમજવી. દ્રષ્ટી, દર્શન દ્રશ્ય, આ ત્રણે ત્રિપૂટી કહેવાય છે. વળી ને ઠેકાણે ત્રિપૂટીનો લય થાય છે, તે ઠેકાણે બ્રહ્મ વૃત્તિથી દ્રષ્ટી રાખવી, એનું નામ સ્થિર દ્રષ્ટી કહેવાય છે.

## ॥ મર્ગોદેવસ્યધીમહી ॥

અર્થ

૧૧ પ્રાણ સયમન—સંકલ્પ વિકલ્પાદિક ને અંતઃકર્ણની વૃત્તિ ઓ છે, તે વૃત્તિને ઠેકાણે બ્રહ્મ ભાવના કરી સર્વ વૃત્તિઓને રોકવી તેને પ્રાણાયામ કહે છે. કારણ પ્રાણ ને છે તે મનને સ્વાધીન છે તે માટે મનને રોકવાથી પ્રાણ પણ રોકાય છે. એ વાસ્તે મનોવૃત્તિ રોકવી જોઈએ. “યોગ શ્વચિત્ત વૃત્તિ નિરોધઃ” એવી ચિત વૃત્તિને નિરોધ કરવી. એને પ્રાણાયામ કહે છે. આનાત્મા



જે પદાર્થ છે તેનો નિરોધ કરવો એનું નામ રેચક કહેવાય છે. હું બ્રહ્મ છું એવી વૃત્તિ ધારણ કરવી એનું નામ પૂરક કહેવાય છે. અખંડાકાર સ્વરૂપ છે તે બ્રહ્મ હું છું એવી નિશ્ચળપણાની વૃત્તિને ધારણ કરવી એનું નામ કુંભક કહેવાય છે. રેચક, પૂરક, કુંભક એવા વિભાગે કરીને પ્રાણાયામ કયન કર્યું છે. એના અધિકારી એજ છે કે જેની અસંભાવના, વિપરીત ભાવના, આદિ કરીને સંશયની નીવૃત્તિ થયેલી છે તથા જેને નિઃસંદેહ પ્રરોક્ષ જ્ઞાન થયું છે એવા અધિકારી છે તેમનેજ આ ઉપર કહેલા પ્રાણાયામનો અધિકાર છે. વળી એથી જે ઉતરતા પગથીઆના હશે તેમને નરકોરાના પડ દાખીને પ્રાણાયામ કરવાનો અધિકાર છે.

## ॥ ધીયોયોનપ્રવોદયાત્ ॥

અર્થ

૧૨ પ્રત્યાહાર—શબ્દાદિક વિષયોને ઠેકાણે અથવા ઘટપટાદિક પદાર્થોને ઠેકાણે સ-તા, સ્ફુરતા, પ્રીયરૂપતા, એ સર્વે એક આત્માજ છે એવું સમજીને નામરૂપ ક્રિયાથી રહિત, આત્મ સ્વરૂપ ભાવનાના યોગે કરીને, મનને આત્મસ્વરૂપને ઠેકાણે સ્થિર રાખવું અને એ પ્રમાણે ચિન્તને વશ કરી રાખવું. ('યોગશ્ચ ચિન્ત વૃત્તિ નિરોધ') એવો અભ્યાસ કરવો એનું નામ પ્રત્યાહાર છે.

## ॥ સ્વઃ ભુવઃ ભૂઃ ॐ ॥

અર્થ

૧૩ ધારણા—સ્વર્ગ, મૃત્યુ, પાતાળ તથા અકાર, ઉકાર, મકાર. અર્ધ માત્રુકાદિ પદાર્થને ઠેકાણે મન જાય છે તે તે પદાર્થને વિષે-સત્તા સ્ફુરતા, પ્રીયરૂપતા એ સર્વ બ્રહ્મ છે, તથા નામરૂપ એ મિથ્યા છે. આ પ્રમાણે મિથ્યાની ઉપેક્ષા પૂર્વક સત્ય જે આત્મા તેના દર્શન તથા તેનું અનુસંધાન કરવું એનું નામ ધારણા થાય છે. વળી પડચકાદિકને ઠેકાણે મનની ધારણા કરવી આ પ્રથમારંભ કરવાવાળાને જોઈએ. એની જુક્તિ આગળ સોળ તથા સત્તરમાં અંગમાં કીધી છે. આજ્ઞાનીને તે અનુભવ શિધ્ધ છે.

## ॥ ૐ ॥

અર્થ

૧૪ ધ્યાન—હું દેહી છું એવી સ્ફુરણાથી રહિત, હું બ્રહ્મ છું એવી અખંડાકાર વૃત્તિની નિશ્ચળતાથી નાદ બિંદુકલાતિત શુદ્ધ નિર્મળ જે સ્વરૂપ છે, તે સ્વરૂપને જ્ઞાનવાન પુરૂષ ધ્યાન કહે છે. આ વૃત્તિ પરમાનંદને આપવા વાળી છે.

॥ નાહ પદાર્થ ન મે પદાર્થ મિતિ માવીતે રાગદ્વેષાદિરહિત ચિત્તં નિર્વાત દીપવદાચલં ॥

૧૫ શર્વશાર—હે દન્તાત્રી ચાર વેદ છે, શાસ્ત્ર અઢાઉ પુરાણ, આ સર્વે પોતપોતાનું મત ખેચે છે, તે વડે કરી ચિત્તના વિષે બ્રાંતિ ઉત્પન્ન થાય છે. તે કારણથી દઢતા રહેતી નથી. દઢતા ન રહ્યાથી ચિત્ત ને ચંચળતા પ્રાપ્ત છે. એ વારતે કંઈ પણ શિદ્ધી પામે એવું તથા સૌખ્યકારક એક આસન સાધ્ય કરી લઈ સાધકે આ દેહનો અંહકાર છોડી દઈ નિષ્કામ તથા નિષ્પ્રપંચ યુક્ત હું સર્વ ઠેકાણે છું એવું ચિત્તને વિષે લાવી નાદ તથા બિંદુ ને જીતવું. નાદના વિક્ષેપથી લયનો વિક્ષેપ થાય છે. બિંદુના વિક્ષેપથી તેજ રહિત થાય છે, માટે બેઉનું સાધન સખવું. નાદમાં સૂક્ષ્મ રીતે લક્ષ ઓંટાડતાં રહેવું. તે વડે કરીને મન સ્થિર થાય છે. મન સ્થિર થયું એટલે માણુ સ્થિર થાય છે. પ્રાણ સ્થિર થયો એટલે પરમાનંદ (તૂર્ય બ્રૂમિકા) પ્રાપ્ત થાય છે. તે કારણે મન સ્થિર કરવાનો જે બિંદુજય તથા નાદ લય થાય એવા ઉપાયની યોજના કરવી. વેદપાઠી કર્મ માર્ગ કહે છે, શાસ્ત્રો વ્યવહાર કહે છે, વૈષ્ણવ વિષ્ણુને સ્થાપિત કરે છે, શૈવ શિવજીને માને છે, ગણપત્ય ગણપતિને મોટો કહે છે, શાક્ત શક્તિનું વર્ણન કરે છે, શૌર સુરજની ઉપાસના કરે છે, કાવડીઆ તીર્થ તથા ક્ષેત્રનું માહાત્મ્ય કહે છે,—કોઈક-ખંડેરાવ, બૈરવ, ચશાષ-મેશાષ, ઝોટીંગ, મુળ્યા, વૈતાળ, હનુમાન, રાણુશટ્ટવી, જરીમા, મરીમાતા, ઝાંપડી, શીકોતર્થી, ચુડેલ, લાલખાધ, પુલખાધ, નરશીંગો, જંગમ, જતી, સંન્યાસી, ફકીર, બ્રાહ્મણ, એ છ જણા પોતપોતાના મત હાંક્યા કરે છે. એ વગર ખીજી અરાદો વરણુ પોતપોતાના મતને મૂખ્ય જાણીને સ્થાપન કરે છે. પણ ચિત્ત ને વિશે સ્થિરતા આપવાવાળું એક પણ મત નથી. સર્વે ઉન્મત્ત છે. ત્યારે વિદેહ મુક્તિ (તૂર્યબ્રૂમિકા) ક્યાંથી પ્રાપ્ત થાય ? આ આત્મા સર્વે ઠેકાણે અંતર તથા બાહ્ય સરખો બરેલો છે. આ ઉપર કહેલા સર્વે મત તથા સર્વે સાધનો બ્રાંતિરૂપ મોહાદિકનું આવરણ છે (અજ્ઞાન છે). અધિકાધિક આશા તૃણાદિક વિકારોને વધારનાર છે. માટે હુંજ સર્વ છું. મુજ વગર કંઈ પણ પ્રદાર્ય નથી તેમ હું પણ કંઈ પ્રદાર્ય નથી એવું છતાં જગત આત્માને ઓળખતું નથી—હે દન્તાત્રી ! આત્મસાધન એ સઉ સાધન કરતાં શ્રેષ્ઠ છે. જેના લેહ્યના વિષેની માયાવી ગાંઠો છુટી મછ છે તેમ સર્વે પ્રપંચરૂપી સશય દૂર થયા છે.

“મિચ્યતે હૃદયમંથી છિંચંતે સર્વં સંશયાઃ” માટે એક નિશ્ચય-સખીને પ્રીતિ તથા રૂપ રહિત થઈ ચિત્તને નિર્વાત રાખવું. જેમ જ્યાં વાયુ ન હોય તે જગ્યા ઉપર દીવો અચળ રહે છે, તેમ ચિત્તને અચળ રાખી એક નિષ્ઠાથી વખતે વખત સાચવી તે આવે તે વિધનને ન ગાંઠતા નિત્યાભ્યાસ કરતા રહેવું એવા અભ્યાસથી હળવે હળવે યોગી તૂર્યાપદને પામશે.

૧૬ પડ મુખી—૧ ડાબો હાથ કુણીથી વાળીને જીશીકે સર્ધ લાંબા પગ કરી ડાબી કૂખે સુવું. પુરૂષે પોતાના વૃષણ ન દબાવ તથા સ્ત્રીએ પોતાની યોની ન દબાવ એમ સુવું, એટલે ઉંઘમાં સમતા આવતા નથી તથા વીર્ય ખલિત થતું નથી. પ્રથમની એક ઉંઘ તાણીને લેવી. પ્રથમ જિઘ થયા પછી આત્મ ધ્યાનના વિષે ચિત્ત ચોટાડવું.

૨. ડાબા પગની જાંગ તથા લિંગ આ બેઉના સાંધામાં જમણા પગનું પગલું ચ-તું મૂકી એડી તે સાંધામાં રહે એવી રીતે રાખવી. તેજ તરીકે જમણા પગની જાંગ તથા લિંગ આ બેઉના સાંધામાં ડાબા પગનું પગલું ચ-તું મૂકી એડી સાંધામાં રહે એવી રીતે રાખવી. એવા પદ્ધતિને બેસીને ડાબા નરકોરાંથી શ્વાસ ઉપર ખેંચવો. પૂર્ણ ખેંચાયો એટલે બેઠ નરકોરાં ખંધ કરી રાખવા—પછી એક ક્ષણ રહીને તે શ્વાસે શ્વાસ જમણા નરકોરાંથી છોડવો. ફરીથી જમણાં નરકોરાંથી ઉપર ખેંચવો અને પૂર્ણ ખેંચાયો એટલે બેઠ નરકોરાં ખંધ કરવા, પછી ક્ષણ રહીને ડાબા નરકોરાંથી શ્વાસે શ્વાસ છોડવો. એવા ડાબા જમણા મળીને એકસીને આઠ આવૃત્તિ કરવી—પછી

“અંગુષ્ઠાભ્યામ્ઉભેશ્રોત્રે તજન્યાભ્યાંવિલોચને॥”

“નાસારંઘ્ર મધ્યમામ્યાં અન્યેચ વદનંદ્રઢં॥૧॥”,

અર્થ

૩ બેઠ અંગુઠાથી બેઠ કાનોના છિદ્ર દબાવીને ખીજી બેઠ આંગળીઓથી બેઠ આંખો દબાવવી, અને વચસી બે આંગળીઓથી બેઠ નરકોરા દબાવવા તથા ખીજી બે ટચલી ને છેલ્લી આંગળીને મોઢા ઉપર ફરતી મેલવી બેઠએ. આને ૫૩ મુખી કહે છે.

૧૭ ભય પ્રકાર—શુદ્ધ શુશુભ્ણા યદ્ય એટલે મીનમાં સ્ફુરત પ્રહત નામની વનસ્પતિ મેળવીને તેની મધ્યમાં બેર જેવડી બે ગોળીઓ ફરીને બેઠ કાનોના છિદ્રમાં દબાવીને બેસાડી દેવી. તથા ચાર આંગળ લાંબા, વળી ચાર આંગળ પહોળા એવા બે મલમલના કકડા લઇને સ્ફુરત પ્રહત વનસ્પતિથી ભીંજવી બેઠ નરકોરાંમાં દબાવીને બેસાડી દેવા તે વેળાએ કાનમાં નાદ ઉત્પન્ન થશે તેમાં ભક્ષ આપવું.

॥ અહંબ્રહ્માસ્મિ ॥

અર્થ

૧૮ સમાધી—દેહાદિ અહંતા રહિત, અંતઃકર્ણની વૃત્તિ-વિષયવાંસનાથી સ્ફુર્ણ રહિત થઇને અખંડ પ્રલાકાર થાય

છે. ધ્યાતા તથા ઘેયાકાર વૃત્તિથી રહિત થાય છે એનું નામ સમાધી છે. (દૈતભાવના રહિત ચિત્ત થાય તેનું નામ સમાધી કહેવાય છે) આ પ્રકારે કરીને આ અરાડમું અંગ સમાધીનું છે તેનો અભ્યાસ કરવો. એ અભ્યાસના અધિકારી સાધુજન છે. “સમ એજ સ્વરૂપ” આ સ્વરૂપ ભૂત આનંદની પ્રાપ્તિ ન્યાં સુધી થઈ નથી ત્યાં સુધી એનો અભ્યાસ કરવો નહીં. જે પુરૂષને તથા સ્ત્રીને જ્ઞાન શિદ્ધ થાય છે તે વેળાએ સર્વે સાધના છોડીને તે શિદ્ધ થાય છે - તેજ યોગીઓના રાજ છે એનું રૂપ કેવું છે? વેદાંત પ્રસિદ્ધ જે આત્મ સ્વરૂપ એ મન તથા વાણીને પણ અગમ્ય જે તે બ્રહ્મ સાક્ષાત યોગીનું સ્વરૂપ છે. આ પ્રકારે કરી સ્વરૂપાનંદની પ્રાપ્તિ છે એનું સાધન પાછલા ૧૭માં પ્રકરણમાં કહ્યા પ્રમાણે કર્યાથી જ્ઞાન-યોગ પ્રાપ્ત થશે આ પ્રકારનું જ્ઞાન સમાધી સાધન મહા ફળને આપનાર છે. વળી એને શ્રમ થોડો છે. જે પુરૂષ અથવા સ્ત્રી આ સમાધીના કરવાવાળા છે, તેને વિઘ્ન ધણા આવે છે તે વિઘ્નો આત્માનું અનુસંધાન કરવા દેતા નથી. પ્રથમ તો આજસ-ઉત્પન્ન થાય છે. બીજું ભોગ ઇચ્છા વધે છે. ત્રીજું જીવ આવે છે. ચોથું કાંઈ કાર્ય વિવેકથી રહિત થાય છે. પાંચમું નાના તરેહના વિષયની સ્ફુર્ણા થાય છે. છઠું વિષયના પ્રસંગથી આનંદ ઉત્પન્ન થાય છે. સાતમું હું ધણો ધન્ય છું એવું લાગે છે. આઠમું રાગ દ્વેશાદિ તિવ્ર વાંસનાથી ચિત્તના વિષે સ્તબ્ધ ભાવ થાય છે. નવમું પ્રાયશ્ચિત્ત એવા જે સુહૃદ્ લોક તે ગુરૂ વિષેની ભાવના ઉડાવી દઈ ગુરૂનિર્દાં કરાવી ગુરૂગુણ વિષે આંધળા કરી પ્રપંચમાં લાવી નાંખી દે છે. દશમું પોતાના સુહૃદ્ તથા મિત્રા દેક છે તે નાટ્ય નાટકાદિ નૃત્ય ગાન કરી ઈદ્રિઓને અચળતા આપી ઈદ્ર જાળવત ફાતુકથી જ્ઞાન શકિત બુલાવી દઈ પછી એના હાથથી વિષય કરાવે છે. એવા અનેક પ્રકારના વિઘ્ન આવે છે. તે માટે વિઘ્નો દૂર કરવા સાર બ્રહ્મવેત્તા પુરૂષે ગુરૂ સામર્થ્યતા ન છોડતાં હળવે હળવે ઉચાય કરવો. અંતઃકર્ણ વૃત્તિ બધા મોક્ષનું કારણ છે. એ વૃત્તિ જેને પદાર્થનું રમરણ કરે છે તે તે પદાર્થના આકાર વિષે પામે છે. વળી કુણ્ટ સુહૃદનો સંગ હોય તેથી સદ્ભાવના રૂપી વૃત્તિ થતી નથી. તે વેળાએ યોગી અન્યાકાર જડપણને પામે છે. જે કદાચ બ્રહ્માકાર વૃત્તિ થઈ તો પૂર્ણપણું છે માટે એવો અભ્યાસ કરવો. આ બ્રહ્માકાર વૃત્તિ છે એ શ્રેષ્ઠ છે. વળી એ પવિત્ર કરનારી છે. બ્રહ્માકાર વૃત્તિને છોડી જે યોગી રહે છે તેનું જીવીત વૃથા છે, તેની મા વૃથા કષ્ટ પામી, તે પશુવત છે. તે માટે યોગીએ બ્રહ્માકારવૃત્તિને ધારણ કરવી તે ધન્ય છે. જે પુરૂષ તથા સ્ત્રી સાધન વડે બ્રહ્માકાર વૃત્તિ કરવા ભણે છે, વળી બ્રહ્માકાર વૃત્તિને વધારે છે તે-

નેજ ધન્ય કહેવાય છે. તેજ સત્પુરુષ થાય છે. ત્રૈલોક્ય પણ તેને વદન કરે છે. તેજ બ્રહ્મ સ્વરૂપ છે. આ પ્રમાણે નિશ્ચય જાણવું. શબ્દાદિ વિષયી પુરુષ છે તે આત્માને વિશેષે કદી પણ યામતા નથી. જે પુરુષ બ્રહ્મની વાતો કહેવામાં ધણા કુશળ છે અને બ્રહ્મવૃત્તિના અનુભવી નથી, રાગી તથા વિષયાદિકને વિષે પ્રીતિ કરવાવાળા એવા જે પુરુષ તે ધણા અજ્ઞાની છે. તે મૂર્ખતા સ દાર છે. તે સંસાર મધ્યે જન્મ મરણ પામે છે. માટે બ્રહ્મ વૃત્તિ વગર કેવળ વત્સાથી કાંઈપણ ફળ થતું નથી. વળી વેશ ધારણ કર્યાથી પણ કાંઈ ફળ થતું નથી. પણ વિવેકી જન આ બ્રહ્મવૃત્તિ વગર ક્ષણમાત્ર પણ રહેતા નથી. એવા જે બ્રહ્મનિષ્ઠ હોય છે તે સદ્ગુરુ રૂપ છે. વાસ્તે એવા ગુરુને ન ઓળખતાં તે ગુરુની નિંદા કરે તે પોતેજ નર્કના અધિકારી થાય છે.

બ્રહ્મા, વિષ્ણુ, માહેશ્વર, ઇંદ્રાદિક દેવતા સનકાદિક તથા શુકાદિક રૂપિ, ગાર્ગી, લોપામુદ્રા, ઇત્યાદિક આ સર્વે આ જ્ઞાન સમાધી પર્યંત જ્ઞાનયોગ સેવન કરે છે. આ પ્રકારે કરીને શ્રી ગુરુ ભૈરવનાથજી એ સદ્ગુરુ મુખે પોતે શ્રવણ કરીને પોતે આનંદનાથને અષ્ટાદશ અંગ સહિત જ્ઞાનયોગ કથન કરી જગતના હિતાર્થે અર્પણ કર્યો છે. અસ્તુ.

બ્રહ્મતત્વ જેના યોગવડે કરીને જેને પ્રકાશિત થયું છે તેની તેના યોગવડે કરીને ગુણની શોભા જણાય છે. વળી જે ગુરુએ આ પણને જ્ઞાન સમાધીના ખીજનો ઉપદેશ કરેલો છે એવાને શ્રી ગુરુનાથજી એમના વિષે વારંવાર નમસ્કાર કરવો શ્રી ગુરુનાથજીની સુશાસ્ત્ર કરીને તેમના ચિત્તને વિશે આનંદ પ્રગટ કરવો, ને સેવા કરવી. તે સેવા થકી જ્ઞાનયોગ કલ્યાણ પ્રાપ્ત થાય છે. જે પુરુષ નિત્ય નિયમથી સેવા કરે છે તે પુરુષ મુક્તિને પાત્ર થાય છે. શ્રી ગુરુનાથજી કારણે પોતાના શરીર થકી તથા ધન થકી સેવા કરે છે, એકાગ્ર મન કરીને શ્રી ગુરુનાથજીની પાસે રહુ છે, તેના યોગ ઉત્તમ પ્રકારે શિદ્ધ થાય છે---એમ તત્ સત્ બ્રહ્મ-ર્પણ મસ્તુ, શ્રીરસ્તુ.

**इति श्री अनंदनाथ विरचित ज्ञानांगयोग मूल**

**ग्रहस्य समाप्तः ॥ ૧ ॥**

## દોહારો

જ્ઞાનકર જ્ઞાનકર જ્ઞાનકર્ગેદકર  
 સુરતકા દડકર, ખેલયોગાન મેદાનમાંહી ॥  
 ખલકી બ્રહ્મણા છોડદે બાલકા,  
 આયા ને ભેખ ભગવાન માંહી. ॥  
 ભેખકે ટેક સંત મહીમા ધરે શેશકે શીરપર ધ્યાન ધારી.  
 કહે કપ્પીર સતલે બાલકા,  
 કાઠ સંત જન જોહરી, જીન્ને કર્મકે રેખપર મેખ મારી ॥

## અર્થ

હે અજ્ઞાન, તુ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કર. જ્ઞાનનો દડોકર, જે પ્ર-  
 ભુત દડાકાર સ્વરૂપ છે તેનો તું દડો કર--અને મોક્ષના ખજાર  
 મારમ--મોહ--આશા પાશ વિગેરે બ્રમણુતાનો જે ખજાર ભરા-  
 મલા છે તેનો તું હે બાળક (અજ્ઞાની) ત્યાગકર--જે પરમેશ્વરના  
 ભેખમાં આવ્યો હોઠશ તો શાંત પામેલા એવા જે સંત તે તારી  
 રી ટેક પકડશે--માટે જે કુંડળી છે તે કુંડળી વડે શુશ્રુમ-  
 નાથી ધ્યાન ધરે છે એવા ઝવેરી રૂપી સંત જન જોણે પૂર્વ  
 જન્મના અજ્ઞાન--કર્મ-ઉપર જ્ઞાન રૂપી મેખ મારી છેતેને શણેજ

